సాక్షి కరీంనగర్

ఆదివారం । 27 । ఏప్రిల్ । 2025

I



పొగతో ఉక్కిరిబిక్కిరి

నగరంలోని బైపాస్‌రోడ్డు వద్ద ఉన్న డంప్‌యార్డు మంటలు అంటుకుని పొగ కమ్ముకుంటోంది. పొగ కమాన్ చౌరస్తా వరకు వ్యాపించింది. దీంతో ప్రజలు ఉక్కిరిబిక్కిరయ్యారు. – సాక్షి ఫొటోగ్రాఫర్, కరీంనగర్



కొండగట్టులో భక్తుల రద్దీ

కొండగట్టు ఆంజనేయస్వామి ఆలయం శనివారం భక్తులతో కిటకిటలాడింది. వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చిన భక్తులు ఉదయం నుంచే క్యూ కట్టారు.

IIలో▸

గరిష్టం/కనిష్టం
40.0/27.0

వాతావరణం

జిల్లాలో నేడు ఎండ తీవ్రత కొనసాగుతుంది. ఉక్కపోత ఉంటుంది. వడగాలులు వీస్తాయి. రాత్రి ఉష్ణోగ్రతలు పెరుగుతాయి.

న్యూస్‌రీల్

ఇందిరమ్మ నమూనా ఇల్లు



నిర్మాణ పనులు చేస్తున్న కార్మికులు

కరీంనగర్ అర్బన్: ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకానికి ఇప్పటికే నిధులు మంజూరు చేసిన ప్రభుత్వం నమూనా ఇళ్లు నిర్మించాలని ఆదేశించింది. కలెక్టరేట్ ఆవరణలో నిర్మాణం పూర్తవుతుండగా తాజాగా ఆర్డీవో కార్యాలయాల ఆవరణలో మోడల్ హౌస్ నిర్మాణాలకు చర్యలు చేపట్టారు. కరీంనగర్, హుజూరాబాద్ ఆర్డీవో కార్యాలయాల ప్రాంగణాల్లో ఈ మోడల్ హౌస్‌ను నిర్మిస్తున్నారు. వివిధ పనుల నిమిత్తం ప్రజలు కార్యాలయాలకు వస్తుండగా ప్రభుత్వమిచ్చే రూ.5లక్షలతో ఎలా నిర్మించవచ్చో ప్రాక్టికల్‌గా చూపించనున్నారు.

సమస్యలు పరిష్కరించాలి



సమ్మెలో పాల్గొన్న అధ్యాపకులు

కరీంనగర్‌సిటీ: సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ కరీంనగర్‌లోని శాతవాహన యూనివర్సిటీ ఎదుట కాంట్రాక్ట్ అధ్యాపకులు చేపట్టిన సమ్మె నాలుగో రోజు కొనసాగింది. వీరికి వర్సిటీ బోధనేతర సిబ్బంది సంఘీభావం తెలిపారు. బోధనేతర సిబ్బంది సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి పి.ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ.. కాంట్రాక్టు అధ్యాపకులను త్వరగా క్రమబద్ధీకరించాలని, వారి సమస్యలపై ప్రభుత్వం సానుకూలంగా స్పందించాలని కోరారు. జీవో 21ను సవరించాలని, పార్ట్‌టైం అధ్యాపకులను రెగ్యులరైజ్ చేయాలన్నారు. అవుట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగులు సంతోష్, శ్రీకాంత్, మారుతి, భీమయ్య, ప్రకాశ్‌రావు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులకు కరిక్యులం రూపొందించాం



కౌన్సిల్ సమావేశంలో అధ్యాపకులు

కరీంనగర్‌సిటీ: విద్యార్థులకు అవసరమైన కరిక్యులం రూపొందించి, అమలు చేస్తున్నామని ఎస్సారార్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ రామకృష్ణ పేర్కొన్నారు. కళాశాలలో మూడో అకడమిక్ కౌన్సిల్ సమావేశం శనివారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపాల్ రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ.. అటానమస్ హోదా ఎస్ఆర్ఆర్ కళాశాలకు 2022–23లో వచ్చిందన్నారు. 2025లో మూడో సంవత్సరం విద్యార్థులు పరీక్షలు రాస్తున్నారని, విద్యార్థులకు అవసరమైన కరికులం రూపొందించడం జరిగిందన్నారు. అటానమస్ కో–ఆర్డినేటర్ డాక్టర్ వంగల శ్రీనివాస్ అకాడమీ కౌన్సిల్ రిపోర్టును ప్రవేశపెట్టారు. ప్రముఖ వైద్యులు ఎడవల్లి రాజభాస్కర్‌రెడ్డి, శాతవాహన యూనివర్సిటీ నుంచి డాక్టర్ సరసిజ, సురేశ్, పద్మావతి, డాక్టర్ కడారు సురేందర్‌రెడ్డి , వైస్ ప్రిన్సిపాల్ పి.నితిన్, టి.రాజయ్య కౌన్సిల్ సభ్యులు రేళ్ల సంజీవ్, ఎం.రాజేశ్, కిరణ్మయి, రాజేశం, శ్రీనివాసులు, సత్య ప్రకాశ్ పాల్గొన్నారు.

రచయితల శాంతి ర్యాలీ



నివాళి అర్పిస్తున్న కవులు, రచయితలు

కరీంనగర్‌కల్చరల్: ఉగ్రవాదుల దాడికి నిరసనగా తెలంగాణ రచయితల వేదిక ఆధ్వర్యంలో శనివారం సాయంత్రం శాంతి ర్యాలీ నిర్వహించారు. తెరవే రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బూర్ల వెంకటేశ్వర్లు ఆధ్వర్యంలో కవులు, రచయితలు ప్లకార్డులతో నినాదాలు చేశారు. రచయితల వేదిక బాధ్యులు అన్నవరం దేవేందర్, సీవీ.కుమార్, కందుకూరు అంజయ్య, కుకట్ల తిరుపతి, బుర్ర తిరుపతి, నడిమెట్ల రామయ్య, నసీరుద్దీన్, విలాసాగరం రవీందర్, పెనుగొండ బసవేశ్వర్, కాసనగొట్టి స్వప్న కష్ణ, జనగాని యుగంధర్, ఎండీ.ఖాలీద్ పాల్గొన్నారు.

చాంపియన్ కరీంనగర్



చాంపియన్‌గా నిలిచిన కరీంనగర్ జట్టు

కరీంనగర్‌స్పోర్ట్స్: తెలంగాణ ఏడో స్టేట్‌లెవల్ టాలెంట్ హంట్ హ్యాండ్‌బాల్ బాలుర చాంపియన్‌గా ఉమ్మడి జిల్లా బాలుర జట్టు నిలిచింది. హన్మకొండలో ఈ నెల 24 నుంచి 26 వరకు జరిగిన పోటీల్లో జట్టు చాంపియన్‌షిప్‌ను కైవసం చేసుకుంది.



సండే స్పెషల్

వీరివీరి గుమ్మడి పండు..

వీరివీరి గుమ్మడి పండు.. వీరిపేరేమి..
దాగుడుమూతలు దండాకోల్!
చికుబుకు రైలు వస్తోంది..
పక్కకు పక్కకు జరగండి
కోతికొమ్మచ్చి.. పట్టుకోండి చూద్దాం
పులిమేక.. ఎవరు గెలుస్తరో ఏమో
అష్టాచెమ్మా..గడులు దాటాలి.. నేనే గెలవాలి
వైకుంఠపాళి.. నిచ్చెన ఎక్కితే సరి..
పాము మింగితే బలి
గోటీలాట.. సూటి చూసి కొట్టాలి..
గోటీలు గెలవాలి
చిర్రగోనె.. అందుకుంటే ఔట్..
లేదంటే గుడ్‌షాట్
వంగుడు.. దుంకుడు.. ఒక్కొక్కరు ఎగిరి
దూకాలి.. తాకితే అంతే మరి
ఆడుదామా కచ్చకాయ.. ఎగిరేస్తా చూడు
రాయి.. పట్టుకుంటా మళ్లీ..

.. అంటూ చేతిలో సెల్‌ఫోన్ లేని కాలంలో చిన్నారులు ఎక్కువగా ఆడిన ఆటలు ఇవీ.. పొద్దున లేస్తే గల్లీ పోరగాళ్లు అందరూ ఒక్కచోట చేరి పొద్దుపోయే దాక ఆడి.. అలిసిపోయి ఇల్లు చేరేవారు. అలనాడు ఆడిన ఆటలతో వ్యాయామంతో పాటు.. విజ్ఞానం పెరిగేది. శరీరం ఉల్లాసంగా ఉండేది.. ఆరోగ్యానికి బాసటగా నిలిచేది. కాలం మారుతోంది.. శారీరక వ్యాయామం తగ్గిపోతోంది. చిన్నారులు సెల్‌ఫోన్లకు బానిసలుగా మారుతున్నారు. కాళ్లు, చేతులు కదపకుండా.. కళ్లతోనే ఆడుతున్నారు. బద్ధకంతో ఆన్‌లైన్ ఆటలకు బందీలుగా మారి.. బరువు పెరిగిపోతున్నారు. పట్టణాల్లో ఈ పరిస్థితి ఎక్కువగా కనిపిస్తుండగా.. పల్లెల్లో అక్కడక్కడా.. అలనాటి ఆటలు ఆడుతూ.. 'సాక్షి' కెమెరాలకు చిన్నారులు కనిపించారు. ఈ సందర్భంగా అలనాటి ఆటలు.. వాటితో లాభాల గురించి కథనం..

– సాక్షి ఫొటోగ్రాఫర్స్, పెద్దపల్లి/రాజన్న సిరిసిల్ల

- వివరాలు... IIలో▸

వీరివీరి గుమ్మడిపండు: వీరివీరి గుమ్మడి పండు.. వీరిపేరేమి.. దాగుడుమూతలు దండాకోల్. పిల్లీ.. వచ్చే ఎలుకా దాక్కో అంటూ.. అలనాడు చిన్నపిల్లలతో పాటు.. పెద్దవాళ్లు కలిసి ఆడేవారు. ఒకరి కళ్లు మూసి.. పేరు చెప్పుమనేవారు. తప్పుగా చెబితే వారు వెళ్లి దాక్కునే వారు.. పేర్లతో పాటు నంబర్లు పలుకుతూ.. వారిని పట్టుకునేవారు. ఆ ఆట ఇప్పుడు కనుమరుగు కాగా.. పెద్దపల్లి జిల్లా సుల్తానాబాద్‌లోని ఓ వీధిలో కొందరు పెద్దలు, చిన్నారులు వీరివీరి గుమ్మడిపండు అంటూ.. ఆడుతూ ఇదిగో ఇలా కనిపించారు.

చలో ఎల్కతుర్తి

- బీఆర్‌ఎస్ రజతోత్సవానికి గులాబీదండు రెడీ
- లక్ష మందిని తరలించేందుకు ఏర్పాట్లు పూర్తి
- వందలాది బస్సుల్లో పంపేందుకు సిద్ధం



కోతిరాంపూర్‌లో కేసీఆర్ కటౌట్‌కు గుమ్మడికాయతో దిష్టి తీస్తున్న మాజీ మంత్రి, కరీంనగర్ ఎమ్మెల్యే గంగుల కమలాకర్, మాజీ ఎమ్మెల్సీ నారదాసు లక్ష్మణ్, పార్టీ నగర అధ్యక్షుడు చల్లా హరిశంకర్

సాక్షిప్రతినిధి,కరీంనగర్:

బీఆర్‌ఎస్ పార్టీ 25వ వార్షికోత్సవం సందర్భంగా ఎల్కతుర్తిలో నిర్వహించ తలపెట్టిన రజోత్సవ సభకు జనసమీకరణ దాదాపుగా పూర్తయింది. సమీకరించిన జనాలు, కార్యకర్తలతో బీఆర్‌ఎస్ నాయకులు ఆదివారం ఉదయమే తరలేలా వందలాదిగా ఆర్టీసీ, ప్రైవేటు, స్కూల్ బస్సులను అందుబాటులో ఉంచారు. ఇవి కాకుండా పార్టీకి చెందిన నాయకుల కార్లను కూడా సిద్ధం చేశారు. కరీంనగర్ నుంచి 15 వేలు, చొప్పదండి, మానకొండూరు నియోజకవర్గాల నుంచి 10వేల మంది చొప్పున జనసమీకరణ జరిగిందని పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు జీవీ రామకృష్ణారావు వెల్లడించారు. హుస్నాబాద్, హుజూరాబాద్ నుంచి లక్ష మందిని తరలిస్తున్నామన్నారు. కరీంనగర్‌లో ప్రతీ డివిజన్ నుంచి 3 బస్సులు బయల్దేరనున్నాయి. ఈ మేరకు బస్సులు, పోస్టర్లు, బ్యానర్లు, సిద్ధమయ్యాయి. మధ్యాహ్నం 12.30 గంటల తరువాత బస్సులు నియోజకవర్గాల నుంచి బయల్దేరనున్నాయి. ప్రతీ బస్సుకు కో– ఆర్డినేటర్లు ఉంటారు. వీరే బస్సులో వస్తున్న నాయకులకు ఆహారం, నీరు, ఇతర అవసరాలు, పార్కింగ్ తదితర విషయాల్లో మార్గనిర్దేశనం చేయనున్నారు.

నాడు.. నేడు ఉమ్మడి జిల్లానే

2001 ఏప్రిల్ 27వ తేదీన కరీంనగర్‌లో సింహగర్జన పేరిట నిర్వహించిన సభ ద్వారా తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి ప్రత్యేక తెలంగాణ ఆకాంక్షను చాటింది. ఆ తరువాత 2004లో కాంగ్రెస్‌తో సంకీర్ణంలో చేరింది. 2009 నుంచి మలిదశ పోరాటం ఉధృతం చేసింది. 2014లో రాష్ట్రం సిద్ధించింది. 2014, 2018లో రెండుసార్లు అధికారంలోకి వచ్చింది. 2023 నుంచి తిరిగి ప్రతిపక్ష పాత్ర పోషిస్తోంది. అధినేత కేసీఆర్ కాళేశ్వరం, రైతుబంధు, దళితబంధు వంటి ప్రతిష్టాత్మక ప్రాజెక్టులకు ఉమ్మడి జిల్లాలోనే శ్రీకారం చుట్టారు. ప్రస్తుతం 25 ఏళ్ల రజతోత్సవ సభ జరుగుతున్న ఎల్కతుర్తి కూడా 2016 వరకు ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో అంతర్భాగం కావడం గమనార్హం. నాడు తొలి ఆవిర్భావ సభ, ఇప్పుడు 25వ ఆవిర్భావ సభలు రెండూ ఉమ్మడి జిల్లాలోనే జరుగుతుండటం విశేషం.

కొనుగోళ్ల వెంటే రవాణా

జిల్లాలో మొత్తం సాగువిస్తీర్ణం
2,90,000
సాగైన వరి: 2,66,896ఎకరాలు
రానున్న దిగుబడి:
5,86,723మెట్రిక్ టన్నులు
ఇప్పటివరకు కొనుగోలు చేసిన
ధాన్యం: 32,541మెట్రిక్ టన్నులు
కొనుగోలు కేంద్రాలు: 347
రైస్‌మిల్లులు: 96
ధాన్యం మద్దతు ధర:
ఏ గ్రేడ్: రూ.2,320
సాధారణ రకం: రూ.2,300

- కేంద్రాల్లో ఇబ్బందుల్లేకుండా సౌకర్యాలు
- ప్రతీ ధాన్యం గింజ కొంటాం
- ఫిర్యాదులకు టోల్‌ఫ్రీ నంబర్: 9154249727
- 'సాక్షి' ఇంటర్వ్యూలో జిల్లా పౌరసరఫరాల సంస్థ డీఎం రజనీకాంత్



రజనీకాంత్, సివిల్ సప్లయ్ డీఎం, కరీంనగర్

కరీంనగర్ అర్బన్: కొనుగోలు కేంద్రాల్లో సమస్యల్లేకుండా చర్యలు చేపట్టామని, కొనుగోళ్ల వెంటే రైస్‌మిల్లులకు ధాన్యం రవాణా చేస్తున్నామని పౌరసరఫరాల సంస్థ డీఎం మంగాళరపు రజనీ కాంత్ స్పష్టం చేశారు. రైతులు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని, ప్రతి గింజ కొనుగోలు చేస్తామని వెల్లడించారు. నిబంధనల ప్రకారం ధాన్యాన్ని సేకరిస్తామని, అన్నదాతలు నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటించి ధాన్యం తీసుకురావాలని సూచించారు. జిల్లాలో మొత్తం 347 ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయగా ఇప్పటివరకు 32వేల మెట్రిక్ టన్నులు కొనుగోలు చేశామని, టార్పాలిన్లు, సౌకర్యాలకు కొరత లేదని వివరించారు. కేంద్రాల్లో సౌకర్యాలు, మద్దతు ధర కల్పన, దళారుల దోపిడీకి అడ్డుకట్ట వంటి అంశాలపై శనివారం 'సాక్షి' ఇటర్వ్యూలో వివరించారు.

జిల్లా అంతటా కొనుగోళ్లు

ఈ సీజన్లో వరి కోతలు కొంత ఆలస్యమయ్యాయి. 5.86 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల దిగుబడి వస్తుందని వ్యవసాయశాఖ అంచనా వేసింది. ఇందులో వ్యక్తిగత, ఇతర అవసరాలు పోనూ ఎంత వస్తుందన్నది త్వరలోనే తేలనుంది. జిల్లావ్యాప్తంగా దొడ్డు రకం ధాన్యం, సన్న రకం ధాన్యం కొనుగోళ్లకు వేర్వేరుగా కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశాం. జిల్లావ్యాప్తంగా అన్ని కొనుగోలు కేంద్రాల్లో కొనుగోళ్లు ఊపందుకున్నాయి. ఇప్పటివరకు 32వేల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేశాం.

పక్కా కార్యాచరణతో కొనుగోళ్లు

కొనుగోలు కేంద్రంలో తాగునీరు, టెంట్, కూలీల కోసం షెడ్లు, ఓఆర్‌ఎస్ ప్యాకెట్లను అందుబాటులో ఉంచాలని సూచించాం. కోటి గన్నీ సంచులు అవసరమవుతాయి. అవసరానికి తగినట్టుగా గన్నీ సంచులను అందుబాటులో ఉంచాం. రోజూ లక్ష నుంచి రెండు లక్షల వరకు సంచుల్లో ధాన్యం నింపుతున్నారు. టార్పాలిన్లు, ధాన్యం రవాణాకు లారీలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. కేంద్రాల నుంచి తీసుకెళ్లిన ధాన్యాన్ని 24 గంటల్లో దించాలని మిల్లర్లకు సూచించాం.

ఇబ్బందులు తలెత్తితే

రైతులకు ఇబ్బందులు తలెత్తినా, ఏవైనా ఫిర్యాదులున్నా కంట్రోల్ రూం టోల్ ఫ్రీ నంబర్ 9154249727 సంప్రదించాలి. ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు సిబ్బంది అందుబాటులో ఉంటారు.

నిబంధనల ప్రకారమే తూకం

ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన నిబంధనలకు అనుగుణంగానే ధాన్యం తూకం వేయాలని నిర్వాహకులకు, మిల్లర్లకు ఆదేశాలు జారీ చేశాం. తాలు లేకుండా శుభ్రమైన ధాన్యం తీసుకువచ్చి రైతులు సహకరించాలి. తేమ 17 శాతం మించరాదు. గన్ని సంచిలో 40.580 కిలోలు తూకం వేయాలి. తరుగు పేరుతో అదనంగా తూకం వేయరాదు. ఆటోమేటిక్ ధాన్యం శుభ్రం చేసే యంత్రాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

ఎప్పటికప్పుడు నగదు జమ

ధాన్యం విక్రయించిన రైతులకు ప్రభుత్వం నిర్దేశిత సమయంలో నగదు జమయ్యేలా చర్యలు చేపడుతున్నాం. ట్యాబ్ నమోదు ప్రక్రియను త్వరితగతిన పూర్తి చేసేలా కేంద్రాల్లో సిబ్బందిని నియమించాలని సూచించాం. వానాకాలం సీజన్లో 72 గంటల్లో ఖాతాల్లో నగదు జమ చేశారు. ప్రస్తుతం అదే ప్రక్రియ కొనసాగనుంది. ధాన్యం తీసుకోవడానికి 96 మిల్లులు సంసిద్ధతను తెలియజేశాయి. చాలామట్టుకు మిల్లులు బ్యాంక్ గ్యారంటీ అందజేశాయి. ఇంకా బ్యాంక్ గ్యారంటీ అందజేస్తున్న వారికి ధాన్యం కేటాయిస్తున్నాం.

రైతు సంక్షేమానికే 'భూభారతి'



కొత్తపల్లి రైతు వేదికలో మాట్లాడుతున్న కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి

- చట్టంతో సాదాబైనామా దరఖాస్తుల పరిష్కారం
- సర్వే, విచారణ అనంతరమే రిజిస్ట్రేషన్లు, మ్యుటేషన్లు
- గ్రామాల వారీగా రికార్డుల నిర్వహణ
- అవగాహన సదస్సుల్లో కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి

కొత్తపల్లి(కరీంనగర్)/కరీంనగర్‌కల్చరల్/కరీంనగర్‌స్పోర్ట్స్: రైతుల భూ సమస్యల పరిష్కారం కోసమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భూభారతి చట్టం తీసుకొచ్చిందని కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి స్పష్టం చేశారు. కరీంనగర్ రూరల్ మండలం దుర్శేడ్, కొత్తపల్లిలోని రైతువేదికల్లో శనివారం భూభారతి చట్టంపై నిర్వహించిన అవగాహన సదస్సులకు ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన మాట్లాడారు. భూభారతితో సాదాబైనామా దరఖాస్తులను పరిష్కరించేలా ఏర్పాట్లు చేసినట్లు వివరించారు. ధరణిలో ఉన్న 33 మాడ్యూల్స్‌తో రైతులు తమ భూ సమస్య దేని పరిధిలోకి వస్తుందో తెలియక కోర్టులు, కలెక్టరేట్ చుట్టూ తిరుగుతూ ఇబ్బంది పడేవారన్నారు. నూతన చట్టంలో మాత్రం రెండంచెల అప్పీలు వ్యవస్థ తీసుకొచ్చారని చెప్పారు. ఆధార్ మాదిరి భవిష్యత్తులో ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ప్రతీ కమతానికి భూధార్ సంఖ్య కేటాయించినట్లు తెలిపారు. రైతులెవరూ ఆందోళన చెందవద్దని, అందరి దరఖాస్తులను పరిశీలించి సమస్యలు పరిష్కరిస్తామని కలెక్టర్ హామీ ఇచ్చారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన భూభారతి చట్టం రైతులకు చుట్టంలా వ్యవహరిస్తుందని సుడా చైర్మన్ కె.నరేందర్ రెడ్డి అన్నారు. డిప్యూటీ సీఈఓ పవన్‌కుమార్, తహసీల్దార్లు రాజు, రాజేశ్, ఏడీఏ రణధీర్‌రెడ్డి, ఏవో కృష్ణ, కరీంనగర్ అసెంబ్లీ కాంగ్రెస్ ఇన్‌చార్జి పురమల్ల శ్రీనివాస్ పాల్గొన్నారు.

భవిత సెంటర్లను తీర్చిదిద్దండి

భవిత సెంటర్లను ఆధునీకరించాలని కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి ఆదేశించారు. కరీంనగర్‌లోని ముకరాంపురంలో ఉన్న భవిత సెంటర్‌ను శనివారం అదనపు కలెక్టర్ ప్రఫుల్ దేశాయ్‌తో కలిసి సందర్శించారు. జిల్లాలో 16 భవిత సెంటర్లను ఆధునీకరిస్తున్నామని తెలిపారు. ప్రతీ సెంటర్ గ్రాండ్ లుక్ ఉండేలా తీర్చిదిద్దాలని సూచించారు. ప్రత్యేక అవసరాలు గల పిల్లలు అన్ని రంగాల్లో రాణించేలా భవిత సెంటర్లు దోహదపడాలని అన్నారు. అనంతరం రీజినల్ స్పోర్ట్స్ స్కూల్లో చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులను పరిశీలించారు. స్కూల్ చుట్టూ ఏర్పాటు చేస్తున్న ఫెన్సింగ్ పనులు త్వరగా పూర్తి చేయాలని, స్కూల్లో క్రీడాకారులను ఆకట్టుకునేలా మొక్కలు నాటాలని, ఫౌంటెన్ ఏర్పాటు చేయాలని పేర్కొన్నారు. స్విమ్మింగ్ పూల్ దగ్గర మొక్కలు నాటించాలని సూచించారు. జిల్లా క్రీడాశాఖ అధికారి వి.శ్రీనివాస్‌గౌడ్, నెహ్రూ యువకేంద్ర కోఆర్డినేటర్ రాంబాబు, పీఆర్‌డీఈ జనార్దన్ పాల్గొన్నారు.

సిటీలో పవర్‌కట్ ప్రాంతాలు

కొత్తపల్లి: విద్యుత్ ట్రాన్స్‌ఫార్మర్ అమర్చుతున్నందున ఆదివారం ఉదయం 9 నుంచి 11 గంటల వరకు టౌన్4 సెక్షన్ పరిధిలోని టూటౌన్ పోలీస్‌స్టేషన్, సాంభవి హాస్టల్, ముకరంపుర ప్రాంతాలు, ఉదయం 9 నుంచి 10 గంటల వరకు 11 కె.వీ.భగత్‌నగర్, రామచంద్రాపూర్ ఫీడర్ల పరిధిలోని భగత్‌నగర్, ఎర్రగుట్ట, వేంకటేశ్వరకాలనీ, విఘ్నేశ్వర కాలనీ, వాసుదేవకాలనీ, శ్రీరామకాలనీ ప్రాంతాలు, ట్రాన్స్‌ఫార్మర్ రీ ఎర్తింగ్ పనులు చేపడుతున్నందున ఉదయం 8 నుంచి 11 గంటల వరకు టౌన్ 9 సెక్షన్ పరిధిలోని తిరుమల్‌నగర్, మౌలిచంద్ర అపార్ట్‌మెంట్, గిద్దెపెరుమాండ్ల ఆలయం కమాన్, ఆయిల్‌మిల్ ట్రాన్స్‌ఫార్మర్ ప్రాంతాలు, అదేవిధంగా ఉదయం 8.30 నుంచి 10.30 గంటల వరకు 11 కె.వీ.రామచంద్రాపూర్ ఫీడర్ పరిధిలోని ఆర్టీసీ బైపాస్ రోడ్, లేక్ పోలీస్‌స్టేషన్, సప్తగిరి కాలనీ, సాయిబాబా ఆలయం రోడ్, అంజనాద్రి ఆలయం, శ్రీనగర్‌కాలనీ ప్రాంతాల్లో సరఫరా నిలిపివేస్తున్నట్లు టౌన్ 2 ఏడీఈ ఎం.లావణ్య తెలిపారు.

ఖాజీపూర్, బావుపేట సబ్‌స్టేషన్లు..

33/11 కె.వీ.ఖాజీపూర్, బావుపేట సబ్‌స్టేషన్లలో విద్యుత్ నిర్వహణ పనులు చేపడుతున్నందున ఆదివారం ఉదయం 8 నుంచి 10 గంటల వరకు ఆసిఫ్‌నగర్, ఖాజీపూర్ గ్రామాలతో పాటు గ్రానైట్ పరిశ్రమలకు విద్యుత్ సరఫరా నిలిపివేస్తున్నట్లు కరీంనగర్ రూరల్ ఏడీఈ గాదం రఘు పేర్కొన్నారు.

దరఖాస్తులకు ఆహ్వానం

సప్తగిరికాలనీ(కరీంనగర్): మహిళాభివృద్ధి, శిశు సంక్షేమశాఖ ఆధ్వర్యంలో హైదరాబాద్‌లోని దుర్గాబాయ్ దేశ్‌ముఖ్ మహిళా సాంకేతిక శిక్షణసంస్థలో మూడేళ్ల పాలిటెక్నిక్ కోర్సులకు దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నట్లు జిల్లా సంక్షేమాధికారి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 2025–26 విద్యాసంవత్సరానికి గాను పలువురు అనాథ బాలికల నుంచి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నట్లు తెలిపారు. డీసీఈలో 60 సీట్లు, డీఈఈఈలో 60, డీసీఎంఈలో 60సీట్లు, డీఈసీఈలో 60 సీట్లు ఉన్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఆసక్తి గల వారు అర్హత గల సర్టిఫికెట్లతో మే 20 లోపు కరీంనగర్‌లోని జిల్లా బాలల పరిరక్షణ విభాగంలో దరఖాస్తు చేసుకోవాలని, వివరాలకు 7396424387 నంబర్‌ను సంప్రదించాలన్నారు.

పోటీ పరీక్షల్లో రాణించాలి



సైనిక విద్యాలయం పరిశీలిస్తున్న గురుకులాల సంస్థ కార్యదర్శి వర్షిణి

చొప్పదండి: విద్యార్థులు పోటీ పరీక్షల్లో రాణించాలని, రానున్న ఎన్‌డీఏ రాత పరీక్షలో అర్హత సాధించాలని సంఘిక సంక్షేమ గురుకులాల సంస్థ కార్యదర్శి అలుగు వర్షిణి అన్నారు. మండలంలోని రుక్మాపూర్ శివారు సైనిక శిక్షణ పాఠశాలలో ఆమె రాత్రి బస కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గురుకులంలో అమలు అవుతున్న శిక్షణ కార్యక్రమాలు, హాస్టల్ నిర్వహణ, పరిసరాలు, క్రీడలను పరిశీలించారు. బాక్సింగ్, ట్రెక్కింగ్ కార్యకలాపాలలో స్వయంగా విద్యార్థులతో పాటు పాల్గొన్నారు. అనంతరం విద్యార్థులతో మాట్లాడారు. అజీమ్ ప్రేమ్‌జీ విశ్వవిద్యాలయానికి సైనిక పాఠశాల నుంచి అత్యధికంగా 22 మంది కెడెట్లు ప్రవేశం పొందడం గర్వకారణమన్నారు. యూపీఎస్‌సీ, ఎస్‌ఎస్‌సీ, బ్యాంకింగ్, ఐటీ, ఇంజినీరింగ్ విభాగాలలో అందుబాటులో ఉన్న ఇతర ప్రభుత్వ సేవల్లో కూడా ప్రవేశం పొందాలని కోరారు. ఎల్లప్పుడు బ్యాకప్, ఆకస్మిక ప్రణాళిక ప్రత్యామ్నాయ ఎంపికలను కలిగి ఉండాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాలలో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని ఉపాధ్యాయులు అభ్యర్థించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జోనల్ అధికారి ఎం భీమయ్య, శర్మ, కిశోర్, డైరెక్టర్ కల్నల్ కేసీ రావు, ప్రిన్సిపాల్ జి.కాళహస్తి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్లుప్తంగా

ప్రమాదవశాత్తు చెరువులో పడి ఒకరి మృతి


గుండ శ్రీధర్ (ఫైల్)

కొత్తపల్లి(కరీంనగర్): కొత్తపల్లి పట్టణంలోని చెరువులో ప్రమాదవశాత్తు ఒకరు పడి మృతిచెందారు. కొత్తపల్లి ఏఎస్సై బి.రాంమూర్తి వివరాల ప్రకారం.. కొత్తపల్లి పట్టణానికి చెందిన గుండ శ్రీధర్(41) పని లేక తాగుడుకు బానిసై మానసిక స్థితి బాగా లేక అనారోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతుండేవాడు. కోహెడ మండలం తంగళ్లపల్లి గ్రామానికి చెందిన రాధతో వివాహం జరగగా.. వారికి 11 ఏళ్ల కుమారుడున్నాడు. శ్రీధర్ తాగుడుకు బానిసై తరచూ భార్యను ఇబ్బంది పెట్టడంతో.. కొడుకుతో కలిసి మూడేళ్లుగా తల్లిగారింటి వద్ద ఉంటోంది. కొత్తపల్లిలోని తన ఇంటి నుంచి శుక్రవారం సాయంత్రం బయలుదేరిన శ్రీధర్.. శనివారం కొత్తపల్లి చెరువులో శవమై తేలాడు. కాలకృత్యాలు తీర్చుకునేందుకు చెరువు వద్దకెళ్లి ప్రమాదవశాత్తు అందులో పడి ఊపిరాడక చనిపోయినట్లు భావిస్తున్నట్లు రాధ ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఏఎస్సై పేర్కొన్నారు.

కాంక్రీట్ మిల్లర్ కింద పడి వ్యక్తి..


ఎల్లయ్య మృతదేహం

జగిత్యాలక్రైం: జగిత్యాల రూరల్ మండలం నర్సింగాపూర్ గ్రామంలో సీసీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులు చేస్తుండగా జలగం ఎల్లయ్య (33) అనే వ్యక్తి మిల్లర్ కింద పడి అక్కడికక్కడే మృతిచెందాడు. జనగామ జిల్లా దర్దెపల్లి గ్రామానికి చెందిన జలగం ఎల్లయ్య జగిత్యాల రూరల్ మండలం నర్సింగాపూర్ గ్రామంలో సీసీరోడ్డు నిర్మాణ పనులకు వచ్చాడు. మిల్లర్ వాహనం డ్రైవర్ వొల్లపు రాములు అజాగ్రత్తగా నడపడంతో ఎల్లయ్యపై టైరు ఎక్కి తలకు బలమైన గాయాలై అక్కడికక్కడే మృతిచెందాడు. నర్సింగాపూర్ చెందిన గడ్డం మల్లారెడ్డి ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్లు రూరల్ ఎస్సై సదాకర్ తెలిపారు.

బావిలో పడి వృద్ధురాలు..

ముస్తాబాద్: మామిడి కాయల కోసం వెళ్లిన వృద్ధురాలు ప్రమాదవశాత్తు బావిలో పడి మృతిచెందింది. పోలీసుల కథనం ప్రకారం.. పోతుగల్‌కు చెందిన మ్యాకల బాల్‌లక్ష్మి(75) మామిడి కాయల కోసం ఇంటి నుంచి వెళ్లింది. గ్రామ శివారులోని బావిలో ప్రమాదవశాత్తు పడిపోయింది. బాల్‌లక్ష్మి ఇంటికి రాకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు ఆమె కోసం గాలించారు. బావిలో బాల్‌లక్ష్మి పడ్డట్లు గుర్తించి ఆమెను బయటకు తీశారు. అప్పటికే మృతిచెందింది. మృతురాలికి కుమారుడు, కుమార్తె ఉన్నారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామని ఎస్సై గణేశ్ తెలిపారు.

ఇద్దరు బలవన్మరణం

తంగళ్లపల్లి(సిరిసిల్ల): తంగళ్లపల్లి మండలంలో వేరువేరు కారణాలతో ఇద్దరు వ్యక్తులు ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు. పోలీసుల వివరాల ప్రకారం.. చీర్లవంచ గ్రామానికి చెందిన మ్యాక కొమురయ్య(43) ఆర్థిక ఇబ్బందులు, అనారోగ్య కారణాలతో శుక్రవారం రాత్రి పురుగుల మందు తాగాడు. అంకుషాపూర్ గ్రామానికి చెందిన యువకుడు కాసాని వేణు(26) మూడేళ్లుగా కడుపు నొప్పితో బాధపడుతున్నాడు. గతంలో అపెండిక్స్ కడుపులో బ్లాస్ట్ అవగా.. చికిత్స చేయించారు. పది రోజుల క్రితం మళ్లీ కడుపు నొప్పి రావడంతో భరించలేక పొలం వద్దకెళ్లి పురుగుల మందు తాగాడు. కొమురయ్య భార్య మ్యాక రేణుక, వేణు తల్లి కాసాని ఎల్లవ్వ ఫిర్యాదుల మేరకు కేసులు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు తంగళ్లపల్లి ఎస్సై బి.రామ్మోహన్ తెలిపారు.

వీరివీరి గుమ్మడి పండు..

సండే స్పెషల్

ఒకప్పుడు గ్రామాల్లో సందడి చేసిన ఆటలు కనుమరుగవుతున్నాయి. కాలం మారింది.. బాల్యం ఇంటర్'నెట్'లో చిక్కుకుంది. ఉదయం లేచింది మొదలు చేతిలో సెల్‌ఫోన్ల సందడే. ఆన్‌లైన్ గేమ్స్.. రీల్స్.. షార్ట్స్.. ఫేస్‌బుక్.. షేర్‌చాట్.. స్నాప్‌చాట్.. ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే శారీరక శ్రమ లేని అనేక అంశాలతో కాలం గడిచిపోతోంది. చిన్న వయసులోనే పనికి రాని వాటికి బానిసవుతూ భవిష్యత్‌ను అంధకారంలోకి నెడుతున్నారు. ఒకప్పుడు ఆనందం.. ఆహ్లాదం.. విజ్ఞానం పంచిన ఆటలు ఇప్పుడు మచ్చుకైనా కనిపించడం లేదు. పట్నంలో ఎప్పుడో మాయమయ్యాయి.. గ్రామాలకు దూరమయ్యాయి. సెలవులు ప్రారంభమయ్యాయి.. అక్కడక్కడ పిల్లలు కొన్ని ఆటలు ఆడుతుండగా.. 'సాక్షి' తన కెమెరాలో బంధించింది.

– సాక్షి ఫొటోగ్రాఫర్స్ పెద్దపల్లి/రాజన్న సిరిసిల్ల


➡ టైరు ఆట: మరమ్మతుకు వచ్చిన టైర్లతో చిన్నారులు ఎక్కువగా ఆడేవారు. సైకిల్, ద్విచక్ర వాహనాల టైర్లను ఒక చిన్న కర్రతో కొట్టుకుంటూ.. పరుగెత్తడమే టైరు ఆట. కాళ్లకు మంచి వ్యాయామం. పెద్దపల్లి జిల్లా ధర్మారం మండలం కొత్తూరులో టైర్ ఆట ఆడుతూ చిన్నారులు కనిపించారు.


➡ రాంగా.. రైటా: రాంగా.. రైటా.. అంటూ ఎక్కువగా బాలికలు ఈ ఆట ఆడుతుంటారు. దీర్ఘచతుస్ర ఆకారంలో ఆరు డబ్బాలు గీసి.. ఒకరు కళ్లు మూసుకొని.. రాంగా.. రైటా అంటూ ఆడుతుంటారు. ఈ ఆట జ్ఞాపక శక్తిని పెంచుతుంది. సుల్తానాబాద్‌లో శాస్త్రీనగర్‌లో తీసిన చిత్రం ఇది.


టగ్ ఆఫ్ వార్: టగ్ ఆఫ్ వార్.. మనిషి శారీకర శక్తిని తెలియపరిచే ఆట. కొంతమంది రెండు గ్రూపులుగా విడిపోయి.. ఇలా బలాబలాలను ప్రదర్శిస్తుంటారు. జూలపల్లి మండలం వడ్కాపూర్‌లో కొంత మంది చిన్నారులు ఇలా టగ్ ఆఫ్ వార్ ఆడుతూ కనిపించారు.


➡ పల్లీ: ఈ ఆట ఏకాగ్రతను పెంచుతుంది. చురుకుదనం ఉంటుంది. పెద్దపల్లిలోని ప్రభుత్వ కళాశాల మైదానంలో చిన్నారులు పల్లీ ఆడుతూ కనిపించారు.


➡ పచ్చీస్: పచ్చీస్ మంచి కాలక్షేపమైన ఆట. చిన్నారులు, పెద్దలు ఎక్కువగా ఆడుతుంటారు. పల్లెల్లో పొద్దంతా పనులకు వెళ్లిన మహిళలు.. సాయంకాలం ఉల్లాసంగా ఆడే ఆట. ఇది మేధాశక్తిని పెంచుతుంది. సుల్తానాబాద్‌లో మహిళలు ఇలా పచ్చీస్ ఆడుతూ కనిపించారు.


➡ వైకుంఠపాళి: వైకుఠపాళి గంటల తరబడి ఆడినా ఒడవని ఆట. విజయానికి చేరువ అయినట్లే అనిపించినా.. చివరికి గెలుపు ఎవరిని వరిస్తుందో తెలియని ఆట. ఎక్కువగా పాఠశాలల్లో ఆడుతుంటారు. చిన్నారులు వేసవి సెలవుల్లో ఎక్కువగా ఆడుతుంటారు. సుల్తానాబాద్‌లో కొందరు చిన్నారులు ఇలా వైకుంఠపాళి ఆడుతూ బిజీగా కనిపించారు.


➡ వంగుడు దూకుడు: ఈ ఆటను చిన్నారులు ఎంత మంద్తెనా ఆడొచ్చు. ఒకరు వంగితే మిగతావారు పరుగున వచ్చి అతడి పైనుంచి దూకాలి. దీనివల్ల చిన్నారులకు వ్యాయామం.. రన్నింగ్‌తోపాటు హైజంప్ వంటి ప్రాక్టీస్ అవుతుంది. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఎల్లారెడ్డిపేట మండలం వెంకటాపూర్‌లో చిన్నారులు ఇలా వంగుడు దూకుడు ఆడుతూ కనిపించారు.


➡ అష్టాచెమ్మా: ఈ ఆటను నలుగురు ఆడాలి. చేతితో గవ్వలు వేస్తూ ఎదుటువారి కంటే ముందుగా గడులు దాటాలి. ఈ ఆటతో చిన్నారుల్లో ఆలోచనతోపాటు గెలవాలనే ఆసక్తి పెరుగుతుంది. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఎల్లారెడ్డిపేట మండలం వెంకటాపూర్‌లో చిన్నారులు ఇలా అష్టాచెమ్మా ఆడుతూ కనిపించారు.


➡ గోలీలాట: ఈ ఆటలో చిన్నారులు గురి చూసి కొట్టాల్సి ఉంటుంది. చేతి మధ్యన వేలితో గోలి పట్టుకొని మరో గోలిని కొట్టాలి. ఈ ఆటతో చేతి వేళ్లకు వ్యాయామంతోపాటు ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఎల్లారెడ్డిపేట మండలం వెంకటాపూర్‌లో చిన్నారులు ఇలా గోలీలు ఆడుతూ సందడి చేశారు.


➡ కచ్చకాయలు: ఈ ఆటను నలుగురైదుగురు కలిసి ఆడొచ్చు. కచ్చకాయలను చేతితో పైకి ఎగరేస్తూ మళ్లీ అదే చేతితో పట్టుకోవాలి. ఈ ఆట కూడా చిన్నారులకు వ్యాయామం వలె పని చేస్తుంది. సిరిసిల్లలో ఇద్దరు చిన్నారులు ఇలా కచ్చకాయలు ఆడుతూ కనిపించారు.

దళిత మహిళపై అసభ్యకర వ్యాఖ్యలు

- తహసీల్దార్‌పై ఎస్సీ, ఎస్టీ కేసు

రామగుండం: అంతర్గాం తహసీల్దార్ గ్రామసభలో ఓ దళిత మహిళపై అసభ్యకర వ్యాఖ్యలు చేయగా.. మనస్తాపంతో మహిళ భర్త పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. అంతర్గాం ఎస్సై బోయ వెంకటస్వామి వివరాల ప్రకారం.. ముర్మూర్ గ్రామ ప్రత్యేకాధికారిగా కొనసాగుతున్న తహసీల్దార్ తూమ్ రవీందర్‌పటేల్ సమక్షంలో శుక్రవారం పంచాయతీ కార్యాలయంలో గ్రామసభ నిర్వహించారు. గ్రామంలో నెలకొన్న సమస్యలను గ్రామసభలో అధికారుల దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. మాజీ ఎంపీపీ ఉరిమెట్ల రాజలింగం సతీమణి సుజాత తమ కాలనీలోని డ్రైనేజీ సమస్యను పరిష్కరించాలంటూ ప్రత్యేకాధికారి దృష్టికి తీసుకొచ్చింది. సదరు అధికారి నువ్వెవరు అంటూ మహిళను ప్రశ్నించగా.. మాజీ ఎంపీపీ ఉరిమెట్ల రాజలింగం భార్యనంటూ సమాధానమిచ్చింది. దళిత నాయకుడి భార్యవైతే నాకేంది.. నాముందే నిలబడి మాట్లాడుతావా.. నేను ఉద్యోగ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడిని.. నీకు భయపడాలా.. అంటూ సదరు మహిళను పంచాయతీ కార్యాలయంలోకి పిలిపించి నాకు కనబడకు అంటూ ఆదేశించారు. ఆమె తన భర్తకు ఫోన్‌లో వివరించగా.. మాజీ సర్పంచ్ సంకటి సుధాకర్, మాజీ వైస్ ఎంపీపీ కొదురుపాక పవన్, వార్డు సభ్యుడు షంషోద్దీన్, దళిత నాయకుడు జూల లింగయ్యను ఉరిమెట్ల రాజలింగం పంచాయతీ కార్యాలయానికి తీసుకెళ్లాడు. వీరిని చూసిన తహసీల్దార్ దళిత నాయకుడివి అయితే నీ భార్యకు భయపడాలా.. నీకు బుద్ధి ఉందా.. మీ దళితులు ఇంకా మారరా.. మీ సంస్కారం ఇంతేనా అంటూ చిందులేశారు. మనస్తాపం చెందిన ఉరిమెట్ల రాజలింగం అంతర్గాం పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేశారు. అంతర్గాం ఎస్సై వెంకటస్వామి స్పందించి తహసీల్దార్‌పై ఎస్సీ, ఎస్టీ అట్రాసిటీ కేసు నమోదు చేశారు. శనివారం కలెక్టర్‌ను కలిసి సదరు తహసీల్దార్ వ్యవహార శైలిపై ఫిర్యాదు చేసి తక్షణమే సస్పెండ్ చేయాలని డిమాండ్ చేసినట్లు ఎస్సై పేర్కొన్నారు.

వివాదాస్పదమైన డీఎంహెచ్‌వో ఆసుపత్రి తనిఖీ


తనిఖీ చేస్తున్న డీఎంహెచ్‌వో అన్నప్రసన్నకుమారి

గోదావరిఖని: నిబంధనలకు విరుద్ధంగా స్కానింగ్ మిషన్ కలిగి ఉన్న స్థానిక లక్ష్మినగర్‌లోని శ్రీమమత ఆసుపత్రిపై శనివారం కేసు నమోదు చేసినట్లు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డాక్టర్ జి.అన్నాప్రసన్న కుమారి తెలిపారు. కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు ఆసుపత్రిలో తనిఖీ నిర్వహించామన్నారు. అల్ట్రాసోమ్ స్కాన్ మెషిన్ గైనకాలజిస్ట్ డాక్టర్ ఆర్‌జే స్వాతి చాంబర్లో గుర్తించినట్లు పేర్కొన్నారు. మిషన్‌కు పీసీపీఎన్‌డీటీ యాక్ట్ ప్రకారం రిజిస్ట్రేషన్ లేదన్నారు. స్థానిక రెవెన్యూ సిబ్బంది, పోలీస్ శాఖ ద్వారా సంయుక్తంగా పరిశీలించారని, రిజిస్ట్రేషన్ లేకుండా చట్టవిరుద్ధంగా 2023 నుంచి నడుపుతున్నట్లు గుర్తించామని అన్నారు. డీఎంహెచ్‌వో రిసెప్షనిస్టు కాలర్ పట్టుకొని తీసుకెళ్లడం, బూతులు తిట్టడం దృశ్యాలు సీసీ కెమెరాల్లో రికార్డవడంతో.. తనిఖీ అంశం వివాదాస్పదంగా మారింది.

డీఎంహెచ్‌వోపై కేసు

ఆసుపత్రి రిసెప్షన్‌గా పని చేస్తున్న చెప్పకుర్తి ఆనందం ఫిర్యాదు మేరకు డీఎంహెచ్‌వోపై కేసు నమోదు చేసినట్లు వన్‌టౌన్ సీఐ ఇంద్రసేనారెడ్డి తెలిపారు. శనివారం ఉదయం 10 గంటల ప్రాంతంలో ఆసుపత్రికొచ్చి స్కానింగ్ మిషన్ ఏ గదిలో ఉందో చూపించాలని దుర్భాషలాడారన్నారు. కాలర్ పట్టుకొని లాక్కెళ్లి గది తాళాలు పగలగొట్టి బూతులు తిడుతూ డాక్టర్‌ను పిలవమని చెప్పారని అన్నారు. ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు వివరించారు.

లక్కేపూర్ శివారులో మహిళ హత్య


రమాదేవి మృతదేహం

మంథని: లక్కేపూర్ గ్రామ శివారులో శనివారం ఓ మహిళ హత్యకు గురైంది. మంథని సీఐ రాజు వివరాల ప్రకారం.. మంచిర్యాల జిల్లా జైపూర్ మండలం పెగడపల్లి గ్రామానికి చెందిన మాసు రమాదేవి(36) అనే వివాహిత శుక్రవారం మధ్యాహ్నం శెట్టిపల్లి గ్రామానికి వెళ్లి వస్తానని చెప్పి ఇంట్లో నుంచి వెళ్లింది. రాత్రి వరకు రమాదేవి ఇంటికి రాలేదు. శనివారం మంథని మండలం లక్కేపూర్ శివారులో గుర్తుతెలియని మహిళ మృతదేహం కన్పించింది. మృతురాలి కుటుంబ సభ్యులు ఫొటో ఆధారంగా రమాదేవిగా గుర్తించారు. మృతురాలి భర్త మాసు సత్యనారాయణ సంఘటనా స్థలానికి చేరుకొని తన భార్యకు పరిచయమున్న లక్కేపూర్ గ్రామానికి చెందిన పండుగు మొగిలిపై అనుమానముందని పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయగా.. హత్య కేసుగా నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు సీఐ తెలిపారు.





దండాలయ్యా.. శంకరయ్యా..

వేములవాడ: వేములవాడ రాజన్నను శనివారం 30వేల మంది భక్తులు దర్శించుకున్నారు. జూన్ మాసం నుంచి ఆలయ విస్తరణ పనులు ప్రారంభించుకుంటామని అధికారులు ప్రకటిస్తుండటంతో.. వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన భక్తులు తమతమ మొక్కులు చెల్లించుకునేందుకు నిత్యం తరలివస్తున్నారు. వేసవి సెలవులు కొనసాగుతుండటంతోపాటు వీకెండ్ కావడంతో కుటుంబ సభ్యులతో తరలివచ్చి కోడె మొక్కులు, అభిషేకాలు, నిలువెత్తు బెల్లం, తలనీలాలు, కల్యాణాలు, సత్యనారాయణ వ్రతాల మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. ఆలయ ఈవో కొప్పుల వినోద్‌రెడ్డి ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు. రాజన్న ఆలయ అనుబంధ దేవాలయమైన భీమేశ్వరస్వామి ఆలయంలో శని త్రయోదశి వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. నవగ్రహాల ఆలయంలో భక్తులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి తమ కుటుంబాలు బాగుండాలని మొక్కుకున్నారు. కశ్మీర్‌లోని పహల్గాంలో ఉగ్ర దాడుల నేపథ్యంలో వేములవాడ రాజన్న ఆలయంలో రెండు రోజులుగా తనిఖీలు ముమ్మరం చేశారు. రాష్ట్ర భద్రతా అధికారుల సూచనల మేరకు నిత్యం రద్దీగా ఉండే రాజన్న ఆలయంలో ప్రత్యేక తనిఖీలు చేపట్టాలని ఆదేశాలందినట్లు అధికారులు తెలిపారు.

బ్యాంకులో చోరీకి యత్నం


సీసీ ఫుటేజీలో దొంగ

మానకొండూర్: శుక్రవారం అర్ధరాత్రి ఓ దొంగ కొండపల్కల గ్రామంలోని తెలంగాణ గ్రామీణ బ్యాంకు తాళం పగలగొట్టి చోరీకి యత్నించాడు. గ్రామస్తుల వివరాల ప్రకారం.. శుక్రవారం రాత్రి ఓ దొంగ టీషర్టు ధరించి బ్యాంకు ఆవరణలోకి చొరబడ్డాడు. ముందుగా బ్యాంకు షట్టర్‌ను తెరిచేందుకు ఓ తాళాన్ని పగలగొట్టాడు. మరో తాళం తీసే క్రమంలో శబ్దం కావడంతో అక్కడి నుంచి పరారయ్యాడు. స్థానికులు అక్కడికి చేరుకొని పోలీసులకు తెలిపారు. ఘటనా స్థలాన్ని సీఐ బి.సంజీవ్ పరిశీలించి సీసీ ఫుటేజీలను పరిశీలించారు.

ప్రభుత్వ ఫార్మసిస్టులు.. ఇక ఫార్మసీ ఆఫీసర్స్

- ఉత్తర్వులు జారీ చేసిన తెలంగాణ ప్రభుత్వం

కరీంనగర్‌టౌన్: ప్రభుత్వ ఫార్మసిస్టులను ఫార్మసీ ఆఫీసర్స్‌గా పేరు మారుస్తూ తెలంగాణ ప్రభుత్వం హెల్త్, మెడికల్, ఫ్యామిలీ వెల్ఫేర్ విభాగం జీవోఎంఎస్ నం.71 ద్వారా శనివారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వం నుంచి ఉత్తర్వులు జారీ చేసినందుకు ప్రభుత్వ ఫార్మసిస్ట్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి టి.రామారావు ఒక ప్రకటనలో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి, వైద్య ఆరోగ్య శాఖా మంత్రి, హెల్త్ సెక్రటరీ, హెల్త్ కమిషనర్, డైరెక్టర్ ఆఫ్ హెల్త్, టీవీవీపీకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

పోలీసుల అదుపులో గంజాయి సేవిస్తున్న వ్యక్తులు..?

జగిత్యాలక్రైం: జిల్లాకేంద్రంలోని కృష్ణానగర్‌లో శనివారం సాయంత్రం ముగ్గురు వ్యక్తులు గంజాయి సేవిస్తుండగా.. స్థానికులు పోలీసులకు సమాచారమందించారు. పోలీసులు అక్కడికెళ్లి ఇద్దరు వ్యక్తులను అదుపులోకి తీసుకోగా.. మరో వ్యక్తి పరారయ్యారు. అదుపులో ఉన్న వ్యక్తులను పోలీసులు లోతుగా విచారణ చేస్తున్నారు.

అంత్యక్రియల్లో మరో విషాదం

- స్నేహితుడి కుమారుడి అంతిమ యాత్రకొచ్చిన వ్యక్తి మృతి


రాజశేఖర్(ఫైల్)


ఇస్లావత్ వెంకట్ మృతదేహం

హుజూరాబాద్: స్నేహితుడి కుమారుడు మృతిచెందాడని అంత్యక్రియల్లో పాల్గొనేందుకు వచ్చిన ఓ వ్యక్తి మృతిచెందడం హుజూరాబాద్‌లో కలచివేసింది. గ్రామస్తుల వివరాల ప్రకారం.. పట్టణానికి చెందిన ముద్రవేన రాజశేఖర్(18) ఈనెల 19న తోకలపల్లి గ్రామ సమీపంలో రోడ్డు డివైడర్‌ను ద్విచక్ర వాహనంతో ఢీకొట్టాడు. రాజశేఖర్, హరిచరణ్ ఇద్దరు గాయపడ్డారు. రాజశేఖర్‌ను మెరుగైన చికిత్స కోసం హన్మకొండకు తరలించగా, హరిచరణ్‌ను కుటుంబ సభ్యులు హైదరాబాద్‌కు తీసుకెళ్లారు. రాజశేఖర్ శుక్రవారం రాత్రి చికిత్స పొందుతూ మృతిచెందినట్లు కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు. రాజశేఖర్ తండ్రి, హుస్నాబాద్‌కు చెందిన ఇస్లావత్ వెంకట్(40) స్నేహితులు కాగా.. రాజశేఖర్ అంత్యక్రియలకు హాజరయ్యేందుకు వెంకట్ శనివారం హాజరయ్యారు. మృతుడి ఇంటి సమీపంలోని మురుగు కాలువలో వెంకట్ హఠాత్తుగా కుప్పకూలి పడిపోయాడు. స్థానికులు గమనించి 108 వాహనం ద్వారా ఆసుపత్రికి తరలించేలోగా మార్గమధ్యలో మరణించాడు. మృతుడికి భార్య, ఇద్దరు పిల్లలున్నారు.

అర్ధంతరంగా తనువు చాలించిన టేకేదారు

- కరీంనగర్ జైలులో ముస్తాబాద్ వాసి మృతి
- ఆరు నెలల క్రితం అనారోగ్యంతో తండ్రి..


షాదుల్లా(ఫైల్)

ముస్తాబాద్/కరీంనగర్‌క్రైం: కుటుంబాన్ని పోషించుకునేందుకు దారి తప్పిన ఓ యువకుడు అర్ధంతరంగా తనువు చాలించాడు. గ్రామస్తులు, మృతుల బంధువుల కథనం ప్రకారం.. ముస్తాబాద్‌కు చెందిన మహ్మద్ షాదుల్లా(29) కరీంనగర్ జైలులో అస్వస్థతకు గురై మృతిచెందాడు. ఈనెల 18న ట్రాక్టర్ చోరీ సంఘటనలో షాదుల్లా, నరేందర్‌రెడ్డి, సమీర్‌ను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. కరీంనగర్ జైలుకు ముగ్గురిని తరలించారు. అయితే షాదుల్లా శుక్రవారం రాత్రి తీవ్ర అస్వస్థతకు గురి కావడంతో ఆసుపత్రికి తరలించారు. చికిత్స పొందుతూ మృతిచెందాడు. గుండెపోటుతో మృతిచెందినట్లు జైలు అధికారులు సమాచారమందించారు. అయితే షాదుల్లా తండ్రి శర్ఫోద్దీన్ ఆరు నెలల క్రితం అనారోగ్యానికి గురై మృతిచెందాడు. అప్పటి నుంచి తండ్రి నిర్వహించే బీడీ కంపెనీలో టేకేదారుగా షాదుల్లా పని చేస్తున్నాడు. ఈజీ మనీ కోసం స్నేహితుల సహవాసంతో ఐకేపీలో ట్రాక్టర్‌ను అపహరించిన ఘటనలో షాదుల్లాను పోలీసులు జైలుకు తరలించారు. షాదుల్లా బెయిల్ కోసం తల్లి ఫర్వీన్, భార్య ప్రయత్నిస్తున్నారు. బయటకు వస్తాడని భావిస్తున్న తరుణంలోనే మృతిచెందడంతో వారు తీవ్ర విషాదంలో మునిగిపోయారు. ఆరు నెలల క్రితమే శర్ఫోద్దీన్ మృతిచెందగా.. ఇప్పుడు అన్నీ తానై ఆదుకుంటాడనుకున్న షాదుల్లా మృతిచెందడంతో తల్లి ఫర్వీన్, భార్య, ఇద్దరు కుమారులు, కుమార్తె కన్నీరుమున్నీరుగా విలపిస్తున్నారు.


తంగళ్లపల్లి స్టేషన్ వద్ద తండ్రితో ప్రియాంక


ప్రభుత్వ అధికారిక కార్యక్రమంలో శ్రీకాంత్‌గౌడ్

నలుగురిపై కేసు

తంగళ్లపల్లి(సిరిసిల్ల): కాంగ్రెస్ నాయకులు వేధిస్తున్నారంటూ బద్దెనపల్లి పంచాయతీ కార్యదర్శి మంత్రి ప్రియాంక ఆరోపణలు చేసిన విషయం తెలిసిందే. ప్రియాంక శుక్రవారం తండ్రితో కలిసి తంగళ్లపల్లి పోలీస్ స్టేషన్‌లో తనను వేధించిన నలుగురిపై ఫిర్యాదు చేయగా.. వారిపై శుక్రవారం రాత్రి కేసు నమోదు చేసినట్లు తంగళ్లపల్లి ఎస్సై బి.రామ్మోహన్ తెలిపారు. గుగ్గిళ్ల శ్రీకాంత్‌గౌడ్, అభినయ్‌గౌడ్, రాజుపై ఎస్సీ, ఎస్టీ అట్రాసిటీ, మల్లేశ్‌బాబుపై వేధింపుల కేసు నమోదు చేశారు. శనివారం మధ్యాహ్నం సిరిసిల్ల డీఎస్పీ చంద్రశేఖర్‌రెడ్డి బద్దెనపల్లి గ్రామ పంచాయతీకి పోలీస్ సిబ్బందితో చేరుకొని ఎస్సీ, ఎస్టీ అట్రాసిటీ కేసుపై విచారణ జరిపి వివరాలు సేకరించారు. కేసు నమోదైన నలుగురిలో ముగ్గురు వ్యక్తులు పరారీలో ఉండగా.. గుగ్గిళ్ల శ్రీకాంత్‌గౌడ్ శనివారం కలెక్టర్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన భూభారతి కార్యక్రమంలో పాల్గొని హల్‌చల్ చేయడం ఆశ్చర్యపరిచింది. అధికార పార్టీ అండగా ఉండడంతో పోలీసుల ముందు తిరుగుతూ అధికారిక కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నా పట్టించుకోవడం లేదనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి.

రోడ్డు ప్రమాదంలో రైతు దుర్మరణం

ముస్తాబాద్(సిరిసిల్ల): నామాపూర్–గూడెం గ్రామాల మధ్య వాహనం అదుపుతప్పి ఓ రైతు దుర్మరణం చెందాడు. ఎస్సై గణేశ్, మృతుడి బంధువుల కథనం ప్రకారం.. ముస్తాబాద్‌కు చెందిన కర్రె మైసయ్య(52) ద్విచక్ర వాహనంపై సిరిసిల్ల వైపునకు శనివారం వెళ్లాడు. నామాపూర్ ఎక్స్‌రోడ్డు–గూడెం గ్రామాల మధ్య ఉన్న మలుపు వద్ద మైసయ్య వాహనం అదుపుతప్పి కల్వర్టులో పడిపోయింది. మైసయ్యకు తీవ్ర గాయాలు కాగా.. 108 అంబులెన్స్‌లో సిరిసిల్ల జిల్లా ఆసుపత్రికి తరలించారు. చికిత్స పొందుతూ మైసయ్య మృతిచెందాడు. మైసయ్యకు భార్య ఎల్లవ్వ, కుమారుడు హరీశ్ ఉన్నారు. సంఘటనా స్థలాన్ని పరిశీలించి విచారణ చేపట్టినట్లు ఎస్సై తెలిపారు.





అంజన్నా.. నువ్వే మా అండ..

మల్యాల: కొండగట్టు అంజనేయస్వామి ఆలయం శనివారం భక్తులతో కిటకిటలాడింది. వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చిన భక్తులు ఉదయం నుంచే క్యూ కట్టారు. స్వామివారిని దర్శించుకొని, ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఆలయ ఈఓ శ్రీకాంత్‌రావు, సూపరింటెండెంట్ హరిహరనాథ్, అశోక్ భక్తుల ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షించారు.

సాక్షి ఫ్యామిలీ IV
కరీంనగర్
ఆదివారం ॥ 27-4-2025

● విజయ పథం





● సోలార్ పవర్‌తో జీవితాలలో కొత్త వెలుగు

సోలార్ సఖి

రైల్లో తొలిసారి ప్రయాణించిన ఆ మహిళలు.... 'రైలు ప్రయాణం ఇంత బాగుంటుందా!' అని సంబరపడి పోయారు. ఆ తరువాత మరో ప్రయాణం మొదలు పెట్టారు. అయితే అది రైలు ప్రయాణం కాదు. తమ జీవితాలను మార్చివేసిన ప్రయాణం. చిన్న చదువులు చదువుకున్న ఎంతో మంది గ్రామీణ మహిళలు సోలార్ ఇంజినీర్‌లుగా, ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్స్‌గా రాణిస్తున్నారు...



● సోలార్ సఖి: భవిష్యత్ తరానికి మార్గదర్శనం

రాజస్థాన్‌లో నిశ్చలగఢ్‌కు చెందిన తవ్రీదేవి ఎన్నో సంవత్సరాలు విద్యుత్ సౌకర్యం లేని ఇంట్లోనే గడిపింది. అయిదవ తరగతి తరువాత తల్లిదండ్రులు చదువు మాన్పించడంతో ఇంటి పనులు చేసేది. గొర్రెలు మేపేది. ఇల్లే ప్రపంచంగా బతుకుతున్న తవ్రీ దేవి జీవితాన్ని 'సోలార్ పవర్' మార్చి వేసింది. హర్మదా(జైపూర్)లో ఐదు నెలల సోలార్ ఇంజినీరింగ్ శిక్షణ కార్యక్రమం ఆమె జీవితాన్ని కొత్త దారిలోకి తీసుకువెళ్లింది.

సోలార్ ఇంజినీరింగ్ శిక్షణ కోసం సిద్ధం అయినప్పుడు..

'ఎందుకులే' అన్నారు తల్లిదండ్రులు. వారిని బలవంతంగా ఒప్పించాల్సి వచ్చింది.

'మా కమ్యూనిటీలోని మహిళలు ఎప్పుడూ ముసుగు లేకుండా ఒంటరిగా బయటకు వెళ్లలేదు. నేను ఎప్పుడూ పట్టణ ప్రాంతానికి ఒంటరిగా వెళ్లలేదు' అంటుంది తవ్రీదేవి.

కిషన్‌గఢ్‌కు వెళ్లడం...తన తొలి రైలు ప్రయాణం! 'అది పూర్తిగా కొత్త అనుభవం. ప్రయాణంలోని ఆనందం తెలిసొచ్చింది' అంటుంది తవ్రీదేవి.



● 'ఆది సేవా గౌరవ్ సమ్మాన్' అవార్డ్ అందుకున్న తవ్రీదేవి

శిక్షణలో సోలార్ ఇన్‌స్టలేషన్, ఫీల్డ్‌వర్క్‌కు అవసరమైన నైపుణ్యాలు సంపాదించింది. ఆ తరువాత స్వగ్రామానికి తిరిగివచ్చింది. 'మేము చాలా సంవత్సరాలు చీకటిలో జీవించాము. అందుకే మా జీవితాల్లో వెలుగు తీసుకురావాలనుకున్నాను' అంటుంది తవ్రీదేవి.

సోలార్ ఇంజినీర్‌గా కొత్త జీవితాన్ని ప్రారంభించిన తవ్రీదేవి తన గ్రామానికి విద్యుత్ వెలుగులు తీసుకువచ్చింది. భారత రాష్ట్రపతి నుండి 'ఆది సేవా గౌరవ్ సమ్మాన్' అవార్డ్ అందుకుంది. ఇది కేవలం తవ్రీదేవి విజయగాథ మాత్రమే కాదు... జార్ఖండ్, రాజస్థాన్, పశ్చిమ బెంగాల్, మిజోరాం, నాగాలాండ్‌తో సహా పదిరాష్ట్రాలలో మూడువేల మందికి పైగా గ్రామీణ మహిళా సోలార్ ఇంజినీర్‌ల విజయగాథ.

తమ గ్రామాల్లో సోలార్ ప్యానెళ్లను ఒంటి చేత్తో మరమ్మతు చేసే వీరు పారిశ్రామికవేత్తలుగా కూడా ఎదిగారు. ఈ మార్పుకు కారణం హర్ష్ తివారీ నేతృత్వంలోని ఈఎంపీఐ ఇంటర్నేషనల్. ఈ సంస్థ శిక్షణ కార్యక్రమాల ద్వారా గ్రామీణ ప్రాంత మహిళలు సోల్డరింగ్, వైరింగ్, బ్యాటరీ సెటప్, ఫాల్ట్ ఫైండింగ్, ఇన్‌స్టలేషన్‌లలో ప్రావీణ్యం సాధించారు. గ్రామీణ మహిళలకు సాంకేతిక నైపుణ్యం, ఆర్థికస్వాతంత్ర్యం లక్ష్యంగా ఈఎంపీఐ ఇంటర్నేషనల్ పనిచేస్తోంది.

శిక్షణ అనంతరం మహిళలు తమ గ్రామాల్లో సోలార్ సొల్యూషన్స్ నిర్వహణకు అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేస్తారు. మరమ్మతులు, ఫస్ట్‌లెవల్ చెకప్‌లు నిర్వహించేందుకు వీలుగా చిన్న ల్యాబ్‌లను ఏర్పాటు చేస్తారు. గ్రామస్థాయి ఇంధన మౌలిక సదుపాయాలు సజావుగా సాగేలా చూస్తారు. శిక్షణ పూర్తయిన తరువాత క్షేత్రస్థాయిలో పనిచేస్తున్న మహిళా సోలార్ ఇంజినీర్‌లను 'సోలార్ సఖీ' అని పిలుస్తారు.

'వ్యవసాయంతో పాటు చిన్న తరహా పరిశ్రమలలో సౌరశక్తితో నడిచే పరికరాలకు డిమాండ్ పెరుగుతుంది. దీన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని ఈఎంపీఐ ఇంటర్నేషనల్ సోలార్ సఖీలకు శిక్షణ ఇస్తోంది. జీవనోపాధి కల్పిస్తుంది. టెక్నికల్ ట్రైనింగ్‌తోపాటు ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్‌షిప్, కస్టమర్ ఎంగేజ్‌మెంట్‌లో కూడా శిక్షణ ఇస్తాం. గ్రామాల్లో సోలార్ సెటప్‌లలో ఏవైనా సాంకేతిక లోపాలు తలెత్తితే సోలార్ సఖులు పరిష్కారం చూపుతున్నారు' అంటున్నాడు హర్ష్ తివారీ.

కూల్ సమ్మర్

పక్షులను చల్లగా కాపాడుకుందాం!

వేసవి కాలం పక్షులకు కష్టకాలం. అధిక వేడి పక్షులకు ప్రమాదకరంగా మారుతుంది. డీహైడ్రేషన్, వడదెబ్బ బారిన పడకుండా పక్షులను రక్షించడానికి... నీరు, నీడ, గాలి ప్రసరణకు ప్రాముఖ్యత ఇవ్వాలి. కొన్ని జాగ్రత్తలు...





● పక్షులకు అన్ని వేళలా శుభ్రమైన మంచినీరు అందుబాటులో పెట్టాలి ● వేర్వేరు ప్రదేశాలలో వాటర్ బౌల్స్ పెట్టాలి ● చల్లగా, ఫ్రెష్‌గా ఉండడానికి వాటర్ బౌల్స్‌లో ఐస్ క్యూబ్స్ వేయవచ్చు ● చల్లని, సౌకర్యవంతమైన స్థలంలో పక్షులు ఉండేలా చూడాలి ● కూలింగ్ మ్యాట్స్ ఉపయోగించవచ్చు ● పక్షులపై ఒక నిమిషం లేదా అర నిమిషం నీటిని స్ప్రే చేయాలి ● పక్షులకు సమీపంలో తడి టవల్స్ ఏర్పాటు చేయాలి ●వేగంగా శ్వాస తీసుకోవడం, ఉక్కిరిబిక్కిరి కావడం, బద్ధకంగా కనిపించడం, తినడానికి ఆసక్తి చూపించకపోవడం...మొదలైనవి పక్షులకు సంబంధించి ఓవర్ హీటింగ్ లక్షణాలు. ఈ లక్షణాలు కనిపించిన వెంటనే తక్షణ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి ● ఆహారం విషయానికి వస్తే.... నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉన్న పుచ్చకాయ, దోసకాయలాంటివి అందించవచ్చు ● ఉత్తర్‌ప్రదేశ్‌లోని కొన్ని జిల్లాలలో వందలాది గ్రామాల్లో యానిమల్ యాక్టివిస్ట్‌లు వేసవి వేడి నుంచి పక్షులను కాపాడడానికి 'బర్డ్ రెస్టారెంట్స్' ఏర్పాటు చేశారు. పక్షులకు చల్లని నీడను ఇచ్చేలా నీరు, ఆహార పదార్థాలతో చెట్టు కొమ్మలపై ఈ రెస్టారెంట్‌లు ఏర్పాటు చేశారు.





● మానవత్వం

నిరీక్షణ ఫలించింది...



కొన్ని సంవత్సరాల నుంచి భర్తతో కలిసి మన దేశంలో ఉంటున్న క్రిస్టెన్ ఫిషర్ అనే అమెరికన్ భారత్‌లో తన అనుభవాలను ఎప్పటికప్పుడు సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేస్తుంటుంది. దిల్లీలో ఉంటున్న ఫిషర్ దంపతులు నిషా అనే దివ్యాంగురాలైన బాలికను దత్తత తీసుకోవాలనుకున్నారు. అయితే దత్తత ప్రక్రియ సుదీర్ఘంగా కొనసాగింది.

'2023లో అక్టోబర్‌లో దత్తత కోసం దరఖాస్తు చేసుకోగా, 2024లో నిషాకు దగ్గరయ్యాం. 2025 ఏప్రిల్ నాటికి దత్తత పూర్తయింది. ఇప్పుడు నిషా మా అందమైన కుమార్తె' అని ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో రాసింది ఫిషర్.

'కౌంటింగ్ డౌన్ ది డేస్ అన్‌టిల్...' ట్యాగ్‌లైన్‌తో ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో వీడియో పోస్ట్ చేసింది. ఈ వీడియోలో తాను దత్తత తీసుకున్న పాప కనిపిస్తుంది.

మరో వీడియోలో చిన్నారి నిషాకు సంబంధించిన ఎమోషనల్ గ్లింప్స్‌ను షేర్ చేసింది. దివ్యాంగురాలు అనే కారణంతో నిషాను చిన్న వయసులోనే తల్లిదండ్రులు వదిలేశారు. రెండు సంవత్సరాలు అనాథాశ్రమంలో పెరిగింది నిషా. 'స్పెషల్ నీడ్స్ చైల్డ్‌ను దత్తత తీసుకోవాలనుకోవడానికి కారణం...వారికి కొత్త జీవితం ఇవ్వాలనుకోవడం' అంటుంది క్రిస్టెన్ ఫిషర్.

● గుడ్ అండ్ బ్యాడ్

కిడ్‌ఫ్లూయెన్సర్... కిం కర్తవ్యం



యూ ట్యూబ్‌లో కిడ్‌ఫ్లూయెన్సర్‌ల వైరల్ వీడియోలు ప్రవాహంలా కనిపిస్తాయి. క్యాచీ కంటెంట్‌తో లక్షల్లో వ్యూస్ సాధిస్తున్నారు. లక్షల్లో సబ్‌స్క్రైబర్‌లు ఉన్నారు. మన దేశంలో కిడ్‌ఫ్లూయెన్సర్‌ల సంఖ్య అంతకంతకూ పెరిగిపోతుంది. అయితే దీనిపై భిన్నాభిప్రాయాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి.

తెర వెనుక కథ గురించి చర్చ మొదలైంది. షూటింగ్‌ల కోసం వారు తరచుగా స్కూల్‌కు వెళ్లకుండా ఎక్కువ సెలవులు పెడుతున్నారా? సరిగా తింటున్నారా? తగినంత నిద్ర ఉంటోందా? కంటెంట్‌కు సంబంధించి ఒత్తిడికి గురవుతున్నారా? అందరు పిల్లల్లా సాధారణ జీవితాన్ని ఎంజాయ్ చేయలేకపోతున్నారా... ఇలాంటి సందేహాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

బాగా చదివే పిల్లలు కూడా 'కిడ్‌ఫ్లూయెన్సర్' ట్యాగ్‌లైన్ పుణ్యమా అని చదువులో వెనకబడిపోతున్నారు. 'నేను చాలా సాధించాను. నేను చాలా గ్రేట్' అనే భావన పెరిగిపోతుంది. 'యాభై ఏళ్ల క్రితం అకాడమిక్ ఎక్సలెన్స్ గోల్డ్ స్టాండర్డ్, ముప్పై ఏళ్ల క్రితం ఆటలు ఉండేవి. ఇప్పుడు క్రియేటివిటీ, డ్యాన్స్, మ్యూజిక్, విజువల్ కంటెంట్. ఒక్క వైరల్ వీడియో చాలు పిల్లలకు రాత్రికి రాత్రి స్టార్‌డమ్ తీసుకురావడానికి. ఈ తక్షణ పాపులారిటీ వల్లే పిల్లలు, తల్లిదండ్రులు వైరల్ కంటెంట్‌పై దృష్టి పెడుతున్నారు' అంటుంది కౌన్సెలింగ్ సైకాలజిస్ట్ డా.మేఘా పుష్కర్ణ.

హెల్త్

ఎముకలు పెరుగుతున్న కొద్దీ వచ్చే మార్పులు స్వాభావికమైనవి. అయితే ఎదిగే వయసులో ఉన్న కొందరు చిన్నారులు అలవాటుగా తమ వేలిని నోట్లో పెట్టుకుని థంబ్ సకింగ్ చేస్తుంటారు. ఇది నివారించాల్సిన విషయమే అయినప్పటికీ... పిల్లల సైకలాజికల్ ఎదుగుదల దృష్టితో చూస్తే వారి ఈ అలవాటును బలవంతంగా మాన్పకూడదనీ, క్రమంగా మాన్పించాలని నిపుణులు పేర్కొంటుంటారు. ఇలా ఎముకల పెరుగుదలతో వచ్చే మార్పులతోనూ, నోట్లో వేలుపెట్టుకునే అలవాటు వల్లా పలువరస షేప్ మారవచ్చు.



● టూత్

ఇంటి పట్టున ఉంటారు

పంటి పని పట్టండి...... జంకొద్దు

పిల్లలు ఎదుగుతూ ఉండే సమయంలో అన్ని ఎముకలతో పాటు ముఖానికి సంబంధించిన ఎముకలూ, దవడ ఎముకల్లోనూ మార్పులు వస్తుంటాయి. దాంతో చిన్నారుల్లో ఈ ఎదుగుదలకు సంబంధించిన కొన్ని సమస్యలు కనిపించవచ్చు. అలాగే చిన్నపిల్లలు చాక్లెట్లు, స్వీట్స్, జంక్‌ఫుడ్ వంటివి ఇష్టంగా తింటుంటారు. వేసవిలో కూల్‌డ్రింక్స్ తాగుతుంటారు. ఇవన్నీ నోటి ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసేవే. పిల్లల్లో వచ్చే కొన్ని సాధారణ డెంటల్ సమస్యలూ, వాటికి పరిష్కారాల కోసం ఈ కథనం.

కొన్ని సాధారణ దంతసమస్యలివి...

● పిప్పిపళ్లు ● చిగుర్ల సమస్యలు ● పాలపళ్లు సరైన సమయంలో ఊడకపోవడం ● ఎత్తు పళ్లు, ఎగుడుదిగుడు పళ్లు, పళ్ల మధ్య సందులతో సమస్యలు ● ముఖానికి దెబ్బలు తగలడం వల్ల వచ్చే సమస్యలు.

పిప్పిపళ్లు...

దాదాపు 80 శాతానికిపైగా పిల్లల్లో పిప్పిపళ్లు, చిగుర్ల జబ్బులు కనిపిస్తుంటాయి. తీపి పదార్థాల ముక్కలు నోటిలోనే ఉండిపోవడంతో పెరిగిపోయిన బాక్టీరియాతో పాటు వారు సరిగా బ్రష్ చేసుకోకపోవడం వల్ల ఆ పెరిగిన బ్యాక్టీరియా ఎక్కువ సంఖ్యలో నోటిలోనే ఉండిపోవడం, అవి విడుదల చేసే హానికర రసాయనాల వల్ల పళ్లలో రంధ్రాలు ఏర్పడి పిప్పిపళ్లు రావచ్చు. రంధ్రాల పరిమాణం పెరుగుతున్న కొద్దీ ఆహార వ్యర్థాలు అక్కడ ఎక్కువగా ఇరుక్కుపోవడం, దాంతో రంధ్రం మరింతగా పెరగడంతో పాటు ఇన్ఫెక్షన్స్ వచ్చి నొప్పి రావచ్చు. ఇలాంటి పిప్పిపళ్ల కారణంగా చిన్నారులు ఆహారం నమలడానికి ఇబ్బందిపడతారు. అన్నం తినడాన్ని అవాయిడ్ చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. తమకు వచ్చే నొప్పిని తల్లిదండ్రులకు సరిగా చెప్పలేక ఇలా అన్నం తినడానికి నిరాకరిస్తుంటారు. దాంతో ఎదుగుదల కూడా ఎంతో కొంత ప్రభావితం కావచ్చు.

చికిత్స...

పిప్పిపళ్లకు సరైన సమయంలో చికిత్స చేయించకపోతే ఇన్ఫెక్షన్ పంటి ఎముక వరకు చేరి, పాల పళ్లతో పాటు తర్వాత రావాల్సిన శాశ్వతదంతాలూ పాడయ్యే ముప్పు పొంచి ఉంటుంది. ఇలాంటి పిల్లలను దంతవైద్యులకు చూపించినప్పుడు వారు పంటిలోని రంధ్రాలను పూడ్చివేయడం, ఇన్ఫెక్షన్‌ను తగ్గించడానికి తగిన యాంటీబయాటిక్స్ ఇవ్వడం వంటి చికిత్సలు చేస్తారు.



చిగుర్ల జబ్బులు...

చిన్నారులకు బ్రషింగ్ నైపుణ్యాలు అంతగా తెలియకపోవడంతో పళ్లలో చిక్కుకున్న ఆహారపదార్థాలను సరిగా శుభ్రం చేసుకోకపోవడం కారణంగా పిప్పిపళ్లతో పాటు చిగుర్ల సమస్యలు వచ్చే ముప్పూ ఉంటుంది. దీనికో కారణముంది. నోట్లో విపరీతంగా పెరిగిపోయిన బ్యాక్టీరియా, ఆహారపదార్థాలతో కలిసి ప్లాక్, క్యాలిక్యులస్ అని పిలిచే మురికి సున్నితమైన చిగుర్ల చివర్లలోకి చేరుతుంది. ఈ మురికి కారణంగా చిగుర్లలో వాపు, కొందరిలో చిగుర్ల నుంచి రక్తస్రావం కావడం, నోటి దుర్వాసన వంటి సమస్యలు కూడా రావచ్చు. చిన్నవయసులోనే చిగుర్ల జబ్బు వస్తే పిల్లలు జీవితకాలం దృఢమైన పళ్లు లేక ఇబ్బంది పడవలసి రావచ్చు.

చికిత్స...

జింజివైటిస్ వంటి సమస్యలకు తగిన యాంటీబయాటిక్స్ వాడటంతో పాటు చిగుర్లకు వచ్చే సమస్యను బట్టి దంతవైద్యులు పలు రకాల చికిత్సలు అందిస్తారు.



డా. వికాస్ గౌడ్,
డెంటల్ సర్జన్ అండ్ ఇంప్లాంట్ స్పెషలిస్ట్

ఎత్తుపళ్లు, ఎగుడుదిగుడు పళ్లు / వంకరపళ్ల వంటి సమస్యలు...

ఎత్తుపళ్లు అన్నది పిల్లలను ఆత్మన్యూనతకు గురిచేసే సమస్య. మొదట్లో ఇది నివారించదగిన సమస్యే అయినప్పటికీ, తల్లిదండ్రుల అవగాహనాలోపం, మరి కొందరిలో వారి నిర్లక్ష్యం వల్ల ఇది తీవ్రమవుతుంది.

ఎత్తుపళ్లు / ఎగుడుదిగుడు పళ్లు / వంకర పళ్లకు కారణాలు...

● ఎత్తుపళ్లు చాలావరకు వంశ పారంపర్యంగా వస్తుంటాయి. తల్లిదండ్రుల్లో ఒకరికిగానీ లేదా ఇద్దరికీ ఎత్తుపళ్లు ఉంటే పిల్లల్లోనూ వచ్చే అవకాశాలు 70 శాతానికి పైమాటే. పిల్లలకు ఎత్తుపళ్లు, ఎగుడుదిగుడు / వంకరపళ్లు, పళ్లమధ్య సందులు రాకుండా చేసే చికిత్సలు సైతం ఇప్పుడు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

● నోట్లో వేలుపెట్టుకోవడం, పెదవులు కొరకడం, నాలుకతో పళ్లను ముందుకు తోస్తూ ఉండటం, నోటితోనే గాలిపీల్చడం వంటి అంశాలూ ఎత్తుపళ్లకు కారణమవుతుంటాయి. ఎదుగుతున్న చిన్నారుల దవడ ఎముకలు మైనంలా ఒత్తిడి పడుతున్న దిశకు వంగిపోతుంటాయి. ఈ కారణం వల్లనే ఇక్కడ పేర్కొన్న దురలవాట్లు ఉన్న పిల్లల్లో దవడ ఎముకల షేపు మారిపోయి పళ్లు ఎత్తుగా రావచ్చు.

● పాలపళ్లు సమయానికి ఊడిపోకపోయినా, పిప్పిపళ్లను ముందే తీసేయాల్సి వచ్చినా ఎత్తుపళ్లు లేదా ఎత్తు పళ్లు, ఎగుడుదిగుడు పళ్లు రావడానికి ఈ అంశాలు కూడా ఒక కారణం.

ఎదిగే వయసులోనే ఎత్తుపళ్లను, ఎగుడుదిగుడు దంతాలనూ, సరిచేయడం, పళ్ల మధ్యన ఉండే సందులు చక్కదిద్దడం చాలా సులువు. చికిత్స ఫలితాలు కూడా దాదాపు నూరు శాతం ఉంటాయి. ఎదిగే వయసులో వచ్చే 'గ్రోత్ స్పర్' అనేది చికిత్సకు ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది. చికిత్స త్వరగా, సమర్థంగా జరిగేందుకు ఈ గ్రోత్ స్పర్ అంశం సహాయపడుతుంది.

ఎత్తుపళ్ల సమస్య రెండు రకాలుగా ఉండవచ్చు...

● కేవలం పళ్లు మాత్రమే ఎత్తుగా ఉండటం ● పళ్లతో పాటు దవడ ఎముకలు కూడా ఎత్తుగా ఉండటం.

పిల్లలు నవ్వినప్పుడు చిగుర్లు ఎక్కువగా కనిపించడం, నిద్రపోతున్నప్పుడూ పెదవులు తెరచుకునే ఉండటం, పెదవులు ముందుకు వచ్చినట్లుగా కనపడటం వంటివి ఎముక కూడా ఎత్తు పెరిగిందని చెప్పడానికి గుర్తులు.

చికిత్స...

● ఎదిగే వయసులో ఎత్తుగా ఉన్నట్లు గుర్తిస్తే... ఎలాంటి శస్త్ర చికిత్సలూ లేకుండానే పళ్లు, దవడలను ప్రత్యేకమైన క్లిప్స్‌తో సరిచేయవచ్చు. అయితే... ఎదిగిన పిల్లల్లో దవడ ఎముకలు ఎత్తుగా ఉంటే సర్జరీ చేయాల్సి రావచ్చు.



● పళ్లు ఎత్తుగా ఉన్నా, పళ్ల మధ్య సందులు ఉన్నా, వంకర టింకరగా ఉన్నా, ఎగుడుదిగుడుగా ఉన్నా క్లిప్పులతో వాటిని సరిచేయవచ్చు. అయితే పిల్లలకు అమర్చాల్సిన క్లిప్పులు అందరిలో ఒకేలా ఉండవు. వ్యక్తిగతమైన పరీక్షల తర్వాతే వారికి సరిపోయేవాటిని నిర్ణయించాల్సి ఉంటుంది.

పాలపళ్లు సరైన టైమ్‌లో ఊడకపోవడం...

సాధారణంగా పాలపళ్లలోని ప్రతి పన్నూ ఓ నిర్దిష్ట సమయం తర్వాత ఊడుతుంది. శాశ్వత దంతం తయారై బయటకు రావడానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడే పాలపన్ను ఊడుతుంది. ఊడిన 3 నుంచి 4 నెలల్లో శాశ్వత దంతం వచ్చేస్తుంది.

ఏ కారణం వల్లనైనా పాలపన్ను ఊడకపోతే, దానికి ముందువైపో, వెనకవైపు నుంచో శాశ్వత దంతం వస్తుంది. (కొన్నిసార్లు పాల పన్ను ఊడకపోవడం వల్ల శాశ్వత దంతం బయటకు రాలేక చిగురులోనే చిక్కుకుపోవచ్చు కూడా). దాంతో రెండు వరసల్లో పళ్లు కనపడతాయి. అందుకే ఆరేళ్లు దాటిన పిల్లలను దంతనిపుణులకు తరచూ చూపిస్తూ పాలపళ్లు సరైన సమయంలోనే పడిపోతున్నాయా లేదా అని పరీక్ష చేయిస్తూ ఉండాలి. అవసరాన్ని బట్టి వారి పర్యవేక్షణలో చికిత్స చేయించాలి.

పరీక్షలు : ఎక్స్‌-రే సహాయంతో పాలపళ్లు, శాశ్వత దంతాలను, శాశ్వతదంతాలను చిక్కుకుపోయిన తీరును దంతవైద్యులు తెలుసుకోగలరు.

ముఖానికి దెబ్బలు తగలడం వల్ల...

ఎదిగే పిల్లలు ఆటలాడుతుంటారు. పైగా ఇవి సెలవురోజులు కావడం ఆడుకోవడం మరింత ఎక్కువ. ఆటల్లో పరుగెత్తుతూ పడిపోవడం, దెబ్బలు తగలడం, క్రికెట్ బంతి లేదా ఇతర బంతుల వంటివి తగలడం, పిల్లలు పోట్లాడుకోవడం వంటి చర్యలతో ముఖానికి దెబ్బలు తగలడం, పళ్లు విరగడం / వంగిపోవడం, దెబ్బలు తీవ్రమైనవైతే పెదవులు చీలడం, ముక్కు వంకర కావడం కూడా జరగవచ్చు.

ఇలా దెబ్బలు తగిలినప్పుడు వెంటనే చికిత్స చేయించాలి. నిర్లక్ష్యం చేస్తే పలువరస షేపు మారడం, పళ్లపై గుర్తులు ఏర్పడి అలాగే ఉండిపోవడం జరగవచ్చు. అందుకే పన్ను విరిగినా, ఊడినా వెంటనే ఆ ముక్కను పాలలో లేదా మంచినీళ్లలో ఉంచి దంతవైద్యులను కలవాలి.



వేసవి సెలవులు దంతవైద్యం చేయించడానికి అనువైన సమయం. ఈ సమయంలో స్కూళ్లకు సెలవులు ఉంటాయి కాబట్టి పిల్లల చదువులు వృథా కాకుండానే చికిత్స చేయించవచ్చు. పైగా చికిత్స తర్వాత వారు ఇంటిపట్టునే ఉంటారు కాబట్టి టైముకు మందులు ఇవ్వడానికి, తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోడానికి, పిల్లలకు తగినంత విశ్రాంతి ఇవ్వడానికి సెలవులన్నవి సరైన సమయం. కాబట్టి తల్లిదండ్రులు ఈ అంశాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకుని, పంటి సమస్యలున్న పిల్లలకు తగిన వైద్యసహాయం అందించవచ్చు.

● ఫుడ్

వేసవిలో పిల్లలకు ఆహారం ఇవ్వాలంటే రెండు అంశాలు గుర్తుపెట్టుకోవాలి. మొదటిది వేసవి వేడిమి. రెండోది సెలవుల్లో వాళ్ల ఆటలు. నగరాల్లోని పిల్లలు ఎండల్లో పెద్దగా ఆడే అవకాశం లేకపోయినా పట్టణాల్లో, పల్లెల్లోని పిల్లలు ఇలా ఎండ వేడిమిలో ఆడటం మామూలే. అలాగే పెద్ద నగరాల్లోంచి సెలవులకు పల్లెలకు వచ్చే పిల్లల సంఖ్య తగ్గినప్పటికీ... కొంతమంది ఇప్పటికీ ఇలా వచ్చేవారు లేకపోలేదు. ఇలా వేసవిలోని వేడిమిని తట్టుకుంటూ... ఎక్కువ సమయం ఆటలకు ఇచ్చుకుంటూ ఉండేందుకు అవసరమైన శక్తిని సమకూరుస్తూ ఉండటానికి చిన్నారులకు ఎలాంటి ఆహారం ఇవ్వాలో తెలిపే కథనం.



● **అధిక శక్తికోసం పాల ఉత్పత్తులు...** పిల్లలకు తాజా లస్సీ, తాజా మజ్జిగ, ఫ్లేవర్డ్ మిల్క్, ఫ్రూట్ మిల్క్ షేక్‌లు (మ్యాంగో మిల్క్ షేక్) వంటివి ఇవ్వడం వల్ల ఒకపక్క అవి ద్రవాహారాలుగా వారు కోల్పోయే నీరు లవణాలను భర్తీ చేయడంతో పాటు ప్రొటీన్లనూ అందజేస్తాయి. ఎదిగే వయసులో ఎముకల బలం కోసం క్యాల్షియమ్‌ను ఇస్తాయి.

● **తాజా పండ్లు...** పిల్లలకు తాజా పండ్లు తినిపించడం ఎప్పుడూ మంచిదే. కాకపోతే పండ్ల రసాలకు బదులు వీలైనంతగా పండ్లను కొరికి తినేలా చూడాలి. ద్రవాలను భర్తీ చేయడం కోసం, వేసవి ఉపశమనం కోసం అప్పుడప్పుడూ చల్లగా ఉండే తాజా పండ్ల రసాలనూ ఇవ్వవచ్చుగానీ... వీలైనంత వరకు వాటిలో చక్కెర కలపకపోవడం మంచిది.

● **జంక్‌ఫుడ్ వద్దు...** బర్గర్లు, పిజ్జాలు, చిప్స్ వంటి వాటి కోసం వాళ్లు మారాం చేస్తున్నప్పటికీ ఆరోగ్యానికి అవి హానికరమంటూ వాళ్లను సముదాయించడం మంచిది. ఆ వయసు పిల్లలను సమాధానపరచడం కష్టం కాబట్టి వాటిలో పనీర్, తాజాకూరగాయలు పుష్కలంగా నింపి ఇవ్వడం మంచిది. అయితే వాటిల్లో చీజ్ ఎక్కువగా ఉన్నవాటిని తినిపించడం అంతగా మంచిది కాదు. మరీ మారాం చేస్తుంటే గ్రిల్డ్ వెజిటబుల్స్‌ను పనీర్‌తో కలిపి ఇవ్వవచ్చు.

● **ఐస్‌క్రీముల విషయంలో...** వేసవిలో ఐస్‌క్రీములు అడగని పిల్లలు ఉండరు. ఇంట్లో తయారు చేసిన ఐస్‌క్రీమ్‌లు, ఫ్రూట్ కస్టర్డ్స్, పుడింగ్స్, స్మూతీస్ వంటివి పిల్లలకి పెట్టవచ్చు. ఇవి ఆరోగ్యకరమే. ఇక కూల్ డ్రింక్స్ కోసమూ డిమాండ్ ఎక్కువగానే ఉండవచ్చుగానీ వాటిని ఇవ్వడం అంతమంచిది కాదని గుర్తుంచుకోండి